

カレンの美容会報誌

22
vol.27
4・5・6
月号

KAREN Letterzine

【カレンレタジーン：カレン会報誌という意味です】

特集 植物発酵食品

マクロビ酵素

天陽

EIGHT



当サロンの恋文ちゃん
SAKURAMACHI店 Kちゃん
木の葉モール橋本店 Yちゃん

お子様の全身脱毛症例

マクロビ酵素 スタッフの声

今宵は勝手に
無礼講！

KAREN ご紹介特典

お子様の全身脱毛症例

施術店 東京 南青山店 年齢 10歳

期間 2021年5月～2022年2月(9ヶ月) 来店ペース 月2回

ホームケア カレンローション・ドクターリセラシャンプー・コンディショナー・ボディソープ

お母様より > 気にしていた腕や脚の毛はツルツルになり、とても楽になりました！
ドクターリセラのボディケア商品も気に入って愛用しております。
これからもよろしくお願いたします。

お子様より > モジャモジャでなくしたかったから、毛がなくなっとうれしい！

スタッフより > 自己処理をしたことのない状態でカレンにご来店された為、色素沈着や肌荒れもなく早く結果が出ました。お肌の乾燥が気になる為、カレンローションもご購入いただき保湿を頑張ってください。
まだ毛がまだらに生えている箇所もあるので、引き続き結果出しをしていきます。

顔・首

Before



After



背面

Before



After



指・脚

Before



After





（SAKURAMACHI 店）

Name Kちゃん 12歳

各店舗に通われているLittle Ladyをご紹介しますコーナー♡
誌面に登場いただけるLittle Ladyも、
随時募集中です！



karen
イメージモデル
れもん
恋文
ちゃん

当サロンの

Lemon chan

♪ Kちゃん♪

最初はとても不安でしたが、全くそんな心配もなく眠ってしまくらいリラックスできました。

脱毛した所はツルツルで、スタッフの方もとても優しいので通いやすいです！

♪ 担当 中川♪

笑顔が素敵なKちゃん☆

いつもご来店いただきありがとうございます。

最初は緊張されていましたが、安心して通っていただいています。

更にツルツルのお肌になるように、しっかりお手伝いさせていただきますので、これからもよろしく願いいたします♪



♪ Kちゃん



（木の葉モール橋本店）

Name Yちゃん 11歳

♪ Yちゃん♪

脱毛をして気になっていた部分が目立たなくなったので良かったです。

♪ お母様より♪

娘がスポーツをするのに体毛が気になってしまい、思うように力を発揮できず悩んでいましたので、思い切ってカレンさんにご相談。

スタッフの方がとても親切で色々アドバイスを下さり娘の毛は段々と薄くなっていき、性格も明るくなりました。本当にありがとうございます。

♪ 担当 山口♪

スポーツをされているということで、早くお肌を綺麗にしたいとのご希望でした。

通っていただくこととなり、段々脱毛効果を実感して下さるにつれとても嬉しそうなY様のご様子に、私自身も学生時代にスポーツをしていた為、自分のことのように嬉しく思っております。これからもY様が綺麗になるお手伝いをさせていただきたいと思っております★



I LOVE!
Yちゃん



1 代謝酵素を増やそう

酵素は主に

1. 消化酵素

- ・食べた物を身体が吸収しやすいように消化・分解する

2. 代謝酵素

- ・吸収された栄養を体内の細胞に届けて有効に働く手助け（新陳代謝）
- ・毒素を汗や尿の中に排出する（有害物質の除去）
- ・体の悪い部分を修復し、病気を治す（自然治癒）
- ・免疫力を高める（免疫）

この2つがあり美しく健康である為には

「代謝酵素」が必要不可欠!!

※食べ過ぎ・お酒の飲み過ぎ等により添加物の摂り過ぎで、ほとんどの酵素は消化酵素へまわされてしまう!!

新月・満月ファスティングをしよう

3
つ
の
効
果

- | | |
|-------|--|
| 減量効果 | 体内水分が満月で最大になり、新月に向けて体の不必要な水分が抜けていく為 |
| リセット | 断食することでこれまでの食生活習慣をリセット出来る |
| 自然治癒力 | 体内酵素を温存出来ることで胃や腸の消化器官を休ませられる為、自然治癒力が向上 |

3 新月ファスティング

- デトックス機能が高まり、不要なものを取り除く期間
- 自分の許容範囲を一度リセットする時期
- 新しいものを取り入れやすい環境づくりをする時期
- 自分の気持ちが整理されて直感力が冴え渡ってくる時期

何かを決断する 環境を変える 目標を立てる

気持ちが落ち着いている時期なので、ファスティングスタートに最適!

特集 植物発

マクロ

天

EI

7つの

86種
厳選

8年間の
長期発酵熟成

酢酸

3次発酵

マクロビ
理論

他の酵素と

- 低GI食品 & グルテンフリー
- 白砂糖・保存料・人工甘味料
- 酢酸による糖の吸収を阻害

ファスティングがどうしても難しい方は、日常

酵食品 ビ酵素 陽

IGHT

ポイント

類の
素材

発酵原液
100%

含有

ケイ素
含有水使用

オテック
採用

何が違う??

・合成香料・合成着色料不使用
る効果

2 食品添加物の怖さ

私達は1年間で平均4~10kgの食品添加物を口にしている



ファスティングで期待出来る効果

ダイエット・便秘・肌荒れの改善	冷え性・頭痛の改善・アンチエイジング	アトピー・アレルギーの改善
ホルモンバランス	血糖値・血圧・肝機能改善	内臓脂肪低減・食改善

4 満月ファスティング

- 最も力が集まりやすい時期
- 最も力が放出しやすい時期
- 自分の本領を発揮するには絶好の時期

努力の成果が現れる

自分の実力が発揮される

衝動的になりやすい

視野が狭くなりやすい

※食欲も高まりやすいのでファスティングは辛いかもしれませんが、一番結果が出る!

にマクロビ酵素を取り入れていただくだけでOK!

マクロビ酵素スタッフの声

東店

松田 / 26歳



マクロビ酵素を飲み始めてから2ヶ月ですが、腸内環境が整い、便通がスッキリする感じがすごく実感出来ました。ファスティングをすることで、**腸内も綺麗になり、お肌の調子もすごく良いです!** 普段の食生活にマクロビ酵素を取り入れるだけで食生活の改善が出来、更に変化を実感出来るよう継続していききたいと思います。

都城店

時任 / 26歳



昔から病気がちで**低体重だったことが悩み**だったので、体質改善として始めました。1日ファスティングと、それ以降は朝ごはんの置き換えでマクロビ2包とプロテイン、食事の前に1包を毎日行いました。ファスティングでは宿便が出てお腹がスッキリし、**運動など一切していないのに皮下脂肪率が下がっていたことに驚きました。**体重は開始から3kg増え、健康的な身体づくりが出来ることにとっても魅力を感じました♪

福津店

東本 / 21歳



私は3日間夜の置き換えにしましたが、**思ったよりも空腹感なく過ごせました!** 夜マクロビ酵素を3本飲むだけでお腹がスッキリしたのを実感し、2kgの減量が出来たので、ファスティングする自信がなかった私でも気軽に出来たのが嬉しいです♪

熊本店

丸山 / 35歳



ファスティングを5日間行いました。その間で便秘になり、頭痛と眠気がありました。回復食二日目**で宿便がどっさり出てすっきりし、体重も3kg落ちました。** 私は味が苦手だったので途中から紅茶で割りながらマクロビ酵素を飲んでいました。

小祿店

福永 / 35歳



86種類の無添加の厳選素材が入ったマクロビ酵素。野菜不足の解消に飲んでいます。マクロビ酵素を飲み続けて**寝つきがよくなり疲れにくくなりました。** 飲み方も原液や水で薄めてジュースのようにその日の気分で変えています。1本1本パウチになっている為、持ち運びに便利で飲み忘れの心配がなくなるとも気に入っています。

南青山店

西 / 43歳



ファスティングというよりは基本的に1日2~3包を昼食前・夕食前・空腹が感じられた時に飲んでいます。サラダ・お味噌汁・カレー等に入れたり、ちりめんじゃことマクロビを和えておにぎりにしたり等、**アレンジをしてこっそり小学2年と4年の娘達にも食べさせています。** 栄養の偏りを補う為にも良いかなと思っています。私も娘も快腸です。

KL限定クーポン

マクロビ酵素 天陽
カレンでの定期購入お申込みで

脱毛 S or L パーツ・
フェイシャル・ボディ
カレンエステメニューから
お1つプレゼント!

KAREN
エステクーポン
お好きなメニュー1つ
プレゼント

有効期限 / 2022年6月30日迄

「ジャパンドリーム」の体現者・鉄穴社長に聞いてみたいアレコレ、聞くコーナー！

今宵は勝手に

無礼講!!

KANNA SPIRITS 番外編

Q / 何をしている時が一番幸せですか？
(小学生の子供会員様より)

Q / 若々しくパワフルな秘訣は？

鉄穴社長について

鉄穴社長 (以降鉄) / うーん… 普段からあまり「不幸」という捉え方をしないので… (しばらく考えられる鉄穴社長)

「幸せ」はね、寝る直前！寝る時に不安とか心配事がないのが幸せ。逆に不安や心配事を抱えたまま寝るのが「不幸」かな。

「楽しい明日」を想像し、そう思いながら毎日寝たい。

嫌な事や心配事は早く無くしたいので、そういった状況になったら早く解決して長く引つ張らない様にしています。



▲子供達からピックボスと冷やかされています笑

鉄 / 有難うございます。なるべく元気な人達と緒にいる様にしている事でしょうか。例えば中学生の野球部、少年野球の指導で子供達と接したり。後は健康管理に気を使いますね。体を動かす運動は勿論、今は朝晩欠かさずマクロビ酵素を飲んでます。私も来年、還暦を迎えますからね。



火曜午前中のパーソナルトレーニング▶

Q / 日課や習慣にしている事・ルーティン
はありますか？

鉄 / 先程の回答と重複しますが「朝晩の酵素」、運動ですね。具体的には「月曜の夜テニス・火曜午前中パーソナルトレーニング・週末に少年野球のコーチ」。これが今の習慣ですね。あとは思い立った時にふらっと二人キャンプに行ったり。一人キャンプと言っても太陽の下で何も考えずひなたぼっこをしに行く、という様な気ままな感じです。

Q / ファスティングは試されましたか？
どうでしたでしょうか？

鉄 / 勿論試しましたよ！サロンに導入する商品・サービスは私を始めスタッフが試して結果が出る物のみ、自信を持ってお勧め出来る物のみ、です。



▲2ヶ月ぶりの糸島ライド。流石にキツかった… 肩の怪我で色々な運動制限があり、筋肉量が低下。たった50kmの距離なのにバテ/テ。年を取ると落ちるスピードはかなり早い事に気付きました



▲新しいキャンピングカー、買いました。納車は来年夏以降…忘れてそうです

サロンメニューについて

鉄 / 勿論試しましたよ！サロンに導入する商品・サービスは私を始めスタッフが試して結果が出る物のみ、自信を持ってお勧め出来る物のみ、です。

来る物のみ、です。から。あくまで私の体験談ですが、ファスティング前の私の平均体重が78〜76kg、ファスティング後の今は平均73〜75kg。もう数ヶ月以上キープしています。

酵素を朝晩飲んでいますが、飲み始めてから食事の摂取量に変化が。食べ過ぎる事が段々なくなり、ある程度の時点で「もうここでストップ」という風に自然に変わりました。感覚的には腹八分が九分頃の辺りで「これ以上はもういい」と脳から自然に制御される感じでしょうか。

(取材陣 / キツさはいかがでしたか?)

鉄 / 人生初の体験でしたので、正直キツかったですよ。特に2日目。ですが、それを超えた後に得られる心身への「メリット・効能・変化」が、「時のキツさ」とは比べ物にならない程大きい事を考えると、全く苦ではありません。

ファスティングは最低でも年に数回行い、体内リセットをする事がとても大事だと思っています。

株式会社カナナ 代表取締役社長 鉄穴英明

鉄穴社長に「聞いてみたい事・お悩み・お願い・アドバイスが欲しい」…どんな事でも結構です。気軽にK、L、編集部へご連絡下さい。あなたに代わってスタッフが鉄穴社長に無礼講インタビュー!!

採用された方には素敵なプレゼント、差し上げますよ!

「今宵は勝手に無礼講!!」係
KL@karen-kanna.com
こちらからもどうぞ



渡して
ハッピー♪
もらって
ラッキー

KAREN ご紹介特典

カレン会員様へ

ご紹介人数毎に、ご紹介特典プレゼント！
(各エステメニュー・商品購入でご利用可能)



1人目

1,000円 OFF

2人目

エステ施術プレゼント
(脱毛メニュー1つ or 光フェイシャル)

3人目

3,000円 OFF

4人目

エステ施術プレゼント
(エステメニュー表の中から1つどれでも選択可！)

5人目

5,000円 OFF

会員様からのご紹介 未来のカレン会員様へ

KARENは

紹介割	親子割
姉妹割	学割

紹介カードを
ご来店時に
持参いただくと...

初回コース
10% OFF!

がございます！

お子様の毛のお悩みから癒しを求める大人まで、カレンにお任せ下さい！
初回カウンセリングは無料です。ご来店お待ちしております♪

紹介カードが
新しく
なりました！

